

학교급식 식재료 원산지 및 영양표시제

모가중학교

(중식)

주간 학교급식 영양량	6월 14일(월)	6월 15일(화)	6월 16일(수)	6월 17일(목)	6월 18일(금)
	• 기장밥 • 호박새우젓찌개 (5.9.13.) • 감자채전 (2.5.6.10.13.) • 닭다리살바베큐 (2.5.6.12.13.15.) • 배추김치(9.13.) • 요구르트(2.)	• 녹두밥 • 근대원장국(5.6.13.) • 치커리사과우침 (5.6.13.18.) • 고구마돼지고기강정 (1.5.6.10.12.13.18.) • 배추김치(9.13.) • 오물렛빵(1.2.5.6.)	• 소보로비빔밥/양념 고추장 (1.5.6.9.10.13.16.) • 오이미역냉국 (5.6.13.18.) • 식빵피자 (1.2.5.6.10.12.13.) • 배추김치(9.13.) • 수박 • 김부각(5.6.13.)	• 감정콩밥(5.) • 콩비지찌개 (5.9.10.) • 돼지갈비떡매운찜 (5.6.10.13.) • 고구마치즈그라탕 (2.5.13.) • 배추김치(9.13.) • 짜요짜요(2.)	• 옥수수밥 • 김치만두국 (1.5.6.9.10.13.16.18.) • 쇠불고기 (5.6.8.13.16.18.) • 쥐포채고추장볶음 (5.6.13.18.) • 총각김치(9.13.) • 매실음료
식재료	원산지	원산지	원산지	원산지	원산지
쌀	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
김치류/고춧가루	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
쇠고기(종류)/가공 품	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산	국내산(한우)/국내산
돼지고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
닭고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
오리고기/가공품	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산	국내산/국내산
낙지/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
명태/가공품	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산	러시아산/러시아산
고등어/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
갈치/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
오징어/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
꽃게/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
참조기/가공품	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/	국내산/
다랑어/가공품	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산	원양산/원양산
두부	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
콩	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
비고					
영양소	주평균 섭취량 /에너지비율	영양량	영양량	영양량	영양량
에너지(kcal)	-2.3	754.5	722.2	833.6	858.3
탄수화물(g)	59.1	120.3	125.2	118.5	124.6
단백질(g)	18.7	40.6	30.5	40.0	38.8
지방(g)	22.2	15.5	14.0	32.4	26.8
비타민A(R.E)	303.8	177.5	233.9	766.9	206.2
티아민(mg)	0.5	0.5	0.5	0.5	0.8
리보플라빈(mg)	0.5	0.4	0.5	0.8	0.4
비타민C(mg)	18.6	19.3	10.5	37.9	17.6
칼슘(mg)	260.9	299.8	239.8	374.0	222.8
철(mg)	5.8	3.5	4.0	7.4	4.0

※ 에너지는 권장섭취량의 ±10%, 구성비는 탄수화물(55~65%) : 단백질(7~20%) : 지방(15~30%)
※ 주평균 섭취량(비타민A, 티아민, 리보플라빈, 비타민C, 칼슘, 철) : 주간영양량의 합 / 식단일수
※ 주평균 에너지비율
- 에너지(kcal) : {(주간영양량의 합 / 식단일수) - 학교자체영양기준량의 에너지} / 학교자체영양기준의 에너지 x 100
- 탄수화물 : (주평균 탄수화물 섭취량 x 4) / {(주평균 탄수화물 섭취량 x 4) + (주평균 단백질 섭취량 x 4) + (주평균 지방 섭취량 x 9)} x 100
* 단백질/지방 : 탄수화물과 동일한 산식 적용(1g당 에너지(kcal)는 탄수화물 4, 단백질 4, 지방 9kcal로 환산)

※ 알레르기 정보

1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.계 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.갯